Меню

Утверждаю:
Заведующий
_____Е.В.Молтянская

На 18 Января 2024г.

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	200	6,48	8,36	24,4	196,0
	Кофейный напиток с молоком	180	1,5	1,5	12,5	58,0
	Бутерброд с масломи сыром	30/6/11	4,84	8,38	14,63	156,00
	ИТОГО		**12,82**	**18,24**	**51,53**	**410,0**
ГП	Груша	100	0,2	0,1	10,10	46,0
	ИТОГО		**0,2**	**0,1**	**10,10**	**46,0**
Обед	Свекла отварная растительном масле с чесноком	60	1,68	3,49	4,43	57,33
	Суп гороховый с мясом курицы и сметаной	250/15	6,5	5,2	22,09	150,0
	Котлета мясная из говядины	80	7,98	10,3	0,84	140,3
	Соус основной	50	0,69	1,95	3,09	31,0
	Рис отварной	250	3,82	8,02	15,6	159,0
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,28	94,4
	Напиток из кураги и лимона	200	0,00	0,00	23,28	90,0
	ИТОГО		**23,87**	**29,36**	**88,61**	**722,03**
Полдник	Йогурт	180	4,64	5,12	6,4	94,4
	Вафля	30	0,9	1,2	21,0	87,18
	ИТОГО		**5,54**	**6,32**	**27,4**	**181,58**
Ужин	Суп с сухариками	180/6	12,3	16,5	30,3	444,3
	Чай с сахаром	180/12	0,8	1,0	13,5	62,0
	ИТОГО		**13,1**	**17,5**	**43,8**	**506,3**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**55,53**	**71,52**	**221,44**	**1865,91**